

# 青少年抑郁症患病率达15%至20%

## 有研究认为,成年期抑郁症在青少年时期已发病

青少年抑郁症轻则会对学业、生活质量和人际交往造成阻碍,重则会影响到青少年的身体健康。近年来,青少年抑郁症问题逐渐进入大众视野,如何呵护好孩子心理健康,成为一道重要的民生课题。专家提示,加强青少年抑郁症防治,早发现、早干预、早治疗尤为重要。

### 缺少父母关爱的患抑郁症的风险更大

《2022年国民抑郁症蓝皮书》指出,18岁以下的抑郁症患者占总人数的30%;50%的抑郁症患者为在校学生。青少年抑郁症患病率已达15%至20%,接近于成年人。有研究

认为,成年期抑郁症在青少年时期已发病。

国家健康科普专家库专家、北京师范大学心理学部党委书记乔志宏介绍,抑郁症是人类大脑器官疾病。青

少年抑郁症的发生有生理、心理和社会等方面的原因。大脑内部生物构造、遗传基因、大脑活动等是导致抑郁症产生的生理因素;游戏文化、减肥文化、唯分数教育观

等会给青少年造成心理负担和精神负担;家庭结构的改变也会给青少年的心理健康造成一定负面影响,缺少父母关爱的青少年患抑郁症的风险更大。

### 如何识别青少年抑郁症的早期征兆

青少年处于心理发展的关键时期,如何识别青少年抑郁症的早期征兆和危险信号?专家介绍,情绪方面,青少年可能

出现易怒、暴躁、爱发脾气的情绪症状或者出现情绪极其低落、没有愉悦情绪体验等现象;认知方面,对自我的评价、对他

人和社会的看法极其负面;行为方面,退缩到最基本的生存状态,对周遭的一切不感兴趣;生理方面,存在明显的失眠或

早醒、暴饮暴食或吃得极少等问题。青少年至少两周很少露出笑容、情绪消沉或者易发脾气,家长就要给予关注了。

### 青少年出现抑郁症倾向该怎么办?

乔志宏认为,抑郁情绪是每个人都会经历的正常反应。考试成绩不理想、家人生病、挨批评等导致的情绪低落是正常的。但低落情绪长时间持续就会变成一种症状,它伴随着认知的改变。这时就需要通过医院专业的诊断来判断是否达到了抑郁症的标准。

乔志宏建议,家长要帮

助孩子树立自信心,关注孩子的感受;孩子可寻求学校心理健康教育教师、心理咨询师的指导;学校的心理健康教育教师要帮助青少年掌握维护自己心理健康的方法和技能,其他任课老师也应积极协调与帮助。

“很多家长对抑郁症的态度不正确,容易忽略孩子的想法和感受,认为孩子出现问题

是因为受到的挫折太少,其实不然。过去遭受的磨难,有时会变成精神财富,有时也会变成精神包袱。”乔志宏说,当孩子遭遇挫折后,家长要给予强大的支持,构建积极的亲子关系,帮助孩子意识到挫折并不代表彻底失败,在此过程中是能够有所收获和成长的,切忌放任孩子不管。

如何更好地缓解抑郁情

绪?专家介绍,如果是已经明确诊断抑郁症,并在康复过程中持续进行药物治疗的青少年,不要自行停药或减药。一旦发现不适,应及时寻求医生帮助。日常生活中,要保持放松愉悦的积极情绪。建议青少年与家人、朋友保持联系,建立良好的人际关系。家长可以在青少年在意的方面给予鼓励,帮助其树立自信心。据新华社

## “科学玩具”不少都是“三无”产品

### 各地曾出现数起儿童因误服玩具而致急性中毒的案例

“激发创造”“玩转科学”“让孩子从小就对化学感兴趣”……一连串对于家长而言极其“吸睛”的广告词,对应的正是当前新兴的“科学玩具”。

然而,五颜六色的“瓶瓶罐罐”背后,儿童接触后受伤、中毒等各类安全风险隐患频现。业内人士及相关专家表示,应完善标准建设、加强源头管理,让孩子们科学启蒙教育安全放心。

#### “科学玩具”走红市场

暑期已至,既想给孩子的假日生活增添一份欢乐,又希望培养孩子的科学兴趣。瞄准了家长的期待,一些“科学玩具”悄然走红。

在网购平台搜索“科学玩具”关键词,大量顶着科学教育名义的玩具产品就会出现。它们大多模仿学校、科研机构各类教具或器材,用各色玻璃制品装着化学原料进行售卖,常见的包括明矾、小苏打、醋酸钠,甚至还有硼砂等,有的还配有一些实验器具,价格通常从几十元到数百元不等。

记者向一位商家询问产品的安全性,商家保证,所有的原料均经过了国家标准检测,保证无毒无害。但当记者追问是否可以出示检测报告时,商家却没有跟进回复。

走访过程中,记者发现,在

部分线下玩具店甚至书店,都专门开辟了“科学玩具”的贩售区域。销售人员介绍说:“暑假到了,这些产品卖得很好。”

事实上,此类玩具不少都是“三无”产品,部分化学原料的安全性也难以保障,儿童接触或误服后极有可能导致中毒等情况。在黑猫投诉平台,就有消费者投诉称,孩子因误食不明成分的实验材料而极度不适。此前各地也曾出现数起儿童因误服玩具中有硼砂等成分的化学原料而致急性中毒的案例。近期,市场监管总局发布消费提醒,其中特别提及儿童化学实验玩具等产品,提醒消费者避开“三无”产品,并严格按照安全说明进行使用。

#### 玩具安全关“屡屡破防”

记者采访发现,“科学玩具”的安全问题,主要集中在以下几个方面:

——部分产品原料渠道不明,可能含有有害成分。夏阳告诉记者,一般而言,用于高校、科研机构的产品原料,其成分相对更有保障。用于儿童玩具的,一方面其整体用量较少,市场体量不大,很多正规商家没有类似业务;另一方面,很多原料是经由多个环节倒手,最终流入玩具厂,中间就可能存在“猫腻”。

——专门品类尚缺乏统一



的安全标准。上海锦天城(天津)律师事务所律师张玉华表示,我国现行的玩具安全标准对于儿童玩具的化学、物理安全性能均有一定要求,如国家标准中明确提及,通常6岁以下儿童使用的用品,其可触及的材料和部件中,可迁移元素如铅、汞的最大迁移量不能超过90mg/kg、60mg/kg等。

但对于科学类玩具,目前并没有专项的规定,消费者权益保护法也仅做出了宏观责任上的规定,没有具体标准。

——玩具安全保障不足,增加了使用过程中的风险。业内人士表示,一般的化学实验场所,应具备场地通风良好、远离食品贮存处、实验桌面稳固

耐热等条件,但家庭场景往往难以满足。同时,部分化学反应较为剧烈,可能伴随液体飞溅、燃烧放热等现象,在没有防护设备的前提下,也容易对人体造成伤害。

专家建议,有关部门可针对科学类玩具加强专项管理力度,加大抽查检测频次,建立“黑名单”制度。可探索相关品类商品的细化标准,为未来执法及行业生产提供法律依据。

此外,业内人士还建议,家长在选购此类玩具时,应选择正规厂商生产的印有“3C认证”的产品,同时在陪伴孩子进行实验的过程中,应当严格按照操作手册和相关安全规范进行操作。据新华社

## 一载有中国游客客车在泰国发生侧翻

新华社曼谷7月10日电 中国驻泰国大使馆10日证实,泰国9日发生一起载有24名中国游客的客车侧翻事故,目前仍有两名中国游客在医院接受治疗,均无生命危险。

使馆方面表示,这辆旅游客车9日下午在从泰国罗勇府前往芭提雅途中因道路湿滑发生侧翻,受伤乘客被紧急送往当地医院救治。截至10日上午,除两人留院治疗外,其余游客已出院。

使馆方面表示,上述游客系由国内多个旅行社组织赴泰旅游。使馆接到泰警方通报后,第一时间启动中国公民领事保护应急响应机制,敦请当地医院全力救治伤者,紧急联系国内组团社及旅游主管部门做好游客安抚工作,并安排人员赴医院看望。使馆后续将密切跟踪住院游客治疗和康复情况并做好善后工作。

据泰国媒体报道,当地警方表示将对旅游客车司机做进一步调查以确定事故原因及后续法律程序。

目前泰国正值雨季,多地连续出现强降雨。泰国气象局提示警惕连续降雨导致的积水、洪灾和泥石流等情况。

## 2023年超6000人将在北京市落户

新华社北京7月10日电 北京市人力资源和社会保障局10日发布消息,北京市2023年积分落户申报审核工作已全部结束,即日起进入公示及落户办理阶段。今年申报积分落户申请人有106772名,共有6003人拟取得落户资格,对应最低分值为109.92分。

据悉,今年的积分落户人员有以下三个特点:一是在京稳定工作时间较长,平均在京工作时间为17.1年;二是中青年占主体,45岁以下的人员占97.7%,平均年龄41.2岁;三是覆盖领域广,来自4583家单位,其中从事科学研究、技术服务及文化产业工作人员占比为59.4%,在国家高新技术企业工作人员占比为32.5%。

## 6月份CPI同比持平

新华社北京7月10日电 国家统计局10日发布数据,6月份,全国居民消费价格指数(CPI)同比由上月上涨0.2%转为持平,环比下降0.2%。上半年,CPI平均比上年同期上涨0.7%。

统计数据显示,6月份,食品价格同比上涨2.3%,涨幅比上月扩大1.3个百分点。食品中,鲜菜、薯类、鲜果和禽肉类价格上涨较多,涨幅在4.3%至10.8%之间;猪肉价格下降7.2%,降幅比上月扩大4个百分点。

6月份,非食品价格同比由上月持平转为下降0.6%。非食品中,服务价格上涨0.7%,涨幅回落0.2个百分点;工业消费品价格下降2.7%,降幅扩大1个百分点,其中能源价格下降9.3%,扣除能源的工业消费品价格下降0.5%,降幅均有扩大。